EL EQUIVALENTE MENTAL

EMMET FOX

Este libro fue pasado a formato digital para facilitar la difusión, y con el propósito de que así como usted lo recibió lo pueda hacer llegar a alguien más. HERNÁN

Para descargar de Internet:
"ELEVEN" – Biblioteca del Nuevo Tiempo
Rosario – Argentina

Adherida a: Directorio Promineo: www.promineo.gq.nu
Libros de Luz: http://librosdeluz.tripod.com

EL EQUIVALENTE MENTAL

Todos nosotros estamos sumamente interesados en un asunto. Hay una cosa que significa más que todas las otras cosas puestas juntas y ésta es nuestra búsqueda de Dios y la comprensión de su naturaleza. El objetivo del movimiento metafísico es enseñar la práctica de la presencia de Dios.

Practicamos la presencia de Dios viéndolo a Él en todas partes, en todas las cosas, en toda la gente, a pesar de cualquier apariencia contraria. Cuando miramos el mundo con los ojos de la carne, vemos inarmonía, temor y toda clase de dificultades; pero nuestro Maestro Jesucristo nos enseñó diciendo:

No juzguéis por la apariencia, juzgad recto juicio ", así que al ver la apariencia del mal, miramos esa verdad que está detrás de este. Tan pronto vemos la verdad, y la vemos espiritualmente, la apariencia cambia, porque es un mundo mental. Pero la mayoría de la gente no sabe esto: Ellos creen que es un mundo material, y que ésta es la razón por la cual la humanidad tiene dificultades, Después de veinte siglos de Cristianismo, aún el mundo está atravesando serias dificultades. Pero nosotros sabemos la Verdad; no juzgamos por la apariencia. Nosotros sabemos que vivimos en un mundo mental , y saber esto es la llave de la vida.

Si a un niño se le fuera a enseñar una sola cosa, ésta debería ser que este mundo es un Mundo Mental. Debería prescindirse de todo lo demás y enseñarle sólo esto.

Todo lo que viene a tu vida no es sino la manifestación material de alguna creencia en tu propia mente. La clase de cuerpo que tienes, la clase de hogar, la clase de trabajo que haces, la clase de gente con la que te reúnes, todo está condicionado y corresponde a los conceptos mentales que tú tienes. La Biblia nos dice esto mismo desde el principio hasta el fin. Yo lo estoy diciendo en un lenguaje metafísico ; la Biblia lo dice en lenguaje religioso , pero es la misma verdad.

Cerca de veinte años atrás capté la frase "Equivalente mental" , y ahora quiero decirles que para cualquier cosa que desees en tu vida, - un cuerpo saludable, una vocación satisfactoria, amigos, oportunidades y sobretodo la comprensión de Dios -, debes aportar un equivalente mental. Suminístrate a ti mismo un equivalente mental y las cosas vendrán a ti. Sin un equivalente mental las cosas no pueden venir. Ahora en cuanto a las cosas en tu vida que quisieras que se disolvieran (cada quien las tiene) . Tal vez quebrantos físicos, fallas en el carácter, sean las más importantes.

Todos tenemos hábitos de pensamiento y acción, todos tenemos asuntos de negocios, familiares, condiciones personales, de los cuales quisiéramos deshacernos. Si liberamos de nuestra mente su equivalente mental, éstos tienen que desaparecer.

Todo lo que ves o sientes en el plano material, bien sea en el cuerpo, en el hogar, negocio, o en la ciudad donde vives, es la expresión de un equivalente mental sostenido por ti. Las condiciones de tu ciudad son el resultado del equivalente mental de sus ciudadanos, y el estado actual del mundo es el resultado del equivalente mental de los tres mil billones de personas que lo componemos.

¿Y qué acerca de la guerra? La misma es la expresión física del equivalente mental sostenido por la raza humana. La raza humana ha creído en el miedo. Ha creído que puede enriquecerse cogiendo lo ajeno. Ha creído en la muerte. Ha creído en la escasez. Ha creído que la agresión paga y que el aprovecharse de las pertenencias ajenas da resultado. Todos hemos creído esto en cierto grado. El resultado natural de todo esto ha sido precipitarnos en el cuadro de la guerra, muerte, sufrimiento, etc. La humanidad tiene el equivalente mental de la guerra y la guerra se manifiesta.

Hoy el mundo está comenzando a tener el equivalente mental de la paz , y vendrá la paz.

Un nuevo mundo vendrá. El nuevo mundo será digno de vivir en él. En el nuevo mundo que vendrá, -un poco más adelante y que será más pronto de lo que muchos imaginan,- habrá paz, armonía y comprensión entre los hombres y las naciones pero siempre lo que vemos en lo externo es la precipitación en el plano físico del equivalente mental sustentado por una o más personas.

Por supuesto, que la expresión "equivalente mental", la cogí prestada de los físicos y químicos.

Hablamos del equivalente mecánico del calor, por ejemplo, y los ingenieros constantemente están cambiando al equivalente de las distintas clases de energía. Ellos tienen que descubrir cuánta electricidad se requiere para ciertos trabajos mecánicos, tal como operar un compresor. Necesitan averiguar cuánto carbón se necesita para producir cierta cantidad de energía eléctrica, etc. De igual forma, un equivalente mental de cada objeto o situación en el plano físico.

El secreto de una vida de éxito está en edificar el equivalente mental de lo que deseas; y deshacerte, expulsar, el equivalente mental de lo que no deseas.

Suponte que padeces de reumatismo. Tengo amigos en Londres que padecen del mismo mal todo el tiempo; en efecto, el reumatismo se conoce como la enfermedad nacional británica. Algunos lo sienten a principios de Octubre hasta Marzo: otros hasta navidades y les dura hasta Febrero. De cada dos hombres viviendo en el mismo pueblo, haciendo el mismo trabajo, comiendo de lo mismo, bebiendo la misma agua. ¿Por qué uno tiene reumatismo desde Octubre hasta Febrero y el otro no tiene reumatismo, o lo tiene en una fecha distinta?

¿Por qué? Porque ellos han aportado el equivalente mental de que lo tienen. ¿Por qué una persona pendenciera siempre está en dificultades?

Él cree que la ciudad de Nueva York es muy fogosa para soportarla, así que de pronto se traslada a Chicago. Él piensa que es más fácil en Chicago ; pero muy pronto encuentra enemigos en Chicago y viaja hasta la ciudad de Kansas. El ha oído decir que la gente allí es muy amable . Pero muy pronto tiene dificultades en esta ciudad también. ¿Por qué? El tiene una actitud belicosa. Tiene el equivalente mental para la contienda.

Hay otro hombre, que dondequiera que va encuentra paz. Si hay una familia en pelea y los visita, reina la paz durante su visita. Él tiene el equivalente mental de paz y el verdadero amor divino. Así que la clave de la vida es edificar un equivalente mental de lo que deseas y eliminar los equivalentes de lo que no quieres.¿Cómo se hace? El equivalente mental se edifica pensando pausada, constante y persistentemente en la clase de cosas que anhelas, y pensando así tienes dos valores: claridad e interés. Si deseas construir algo en tu vida, si deseas tener salud, actividad correcta, tu verdadero lugar, inspiración, si deseas compañeros agradables, y sobre todo, si deseas la comprensión de Dios; forma el equivalente mental de lo que quieres pensando mucho sobre tal cosa, pensando claramente y con sumo interés.

Recuerda, claridad e interés : son las dos polaridades.

POLARIDAD UNIVERSAL

La ley de la polaridad es desde luego una ley cósmica. Cada cosa es producida por el efecto de otras dos. Todo lo que se produce en el universo entero es el efecto de dos cosas. Esta es la ley de la polaridad. En el mundo orgánico se conoce como paternidad. En el mundo inorgánico, el mundo de la física y la química, se conoce como protones y electrones. Así es como el mundo material se edifica; siempre se necesitan dos cosas para producir una tercera. Este es el verdadero significado de la Trinidad.

Había doctrinas trinitarias antes del tiempo de Cristo. Había trinidades en el antiguo Egipto, India, Caldea y Babilonia. Siempre hay una trinidad: Padre, Madre e Hijo; actividad, material, producción. A donde quieras busca y encontrarás la trinidad.

Para levantar el pensamiento las dos polaridades son la claridad del pensamiento y el calor de la emoción; el conocimiento y el sentimiento. Noventa y nueve veces de cada cien: la razón por la cual lo estudiantes de metafísica no traen a la manifestación es porque les hace falta sentir us tratamientos. Hablan la verdad, “OH sí, Yo Soy Espíritu Divino, Yo soy Uno con Dios” , pero no lo sienten, La segunda polaridad falta. Cuando hablan acerca de sus dificultades están llenos de emoción (sentir), pero al hablar de la Verdad están fríos como un pez muerto; y de momento no puedo pensar en algo más frío que un pez muerto a no ser un metafísico que haya perdido su unificación con Dios. Ellos dicen: “YO SOY EL ESPIRITU DIVINO” , pero lo dicen sin sentirlo; sin embargo cuando dicen: “Qué dolor tengo”, está cargado de emoción (sentir) y por eso les da dolor y siguen con el dolor.

Un hombre está desempleado y dice “Dios es mi fuente de provisión”. “El hombre siempre está en su perfecto lugar”. Lo dice a la perfección, pero sin sentirlo. Si alguien le pregunta si ha conseguido ya trabajo, contestará: “Qué va, hace dos años que no consigo trabajo, hago solicitudes, voy a ver cuanto trabajo me dicen, pero ellos estaban prejuiciados contra mí y no me dieron ninguna oportunidad”. Tan pronto cae en la frase negativa la emoción le envuelve y la demostración es que sigue sin trabajo. El pensar claro y sentirlo lleva a la demostración, porque en esa forma se edifica el equivalente mental.

Piensa en lo que quieras que te suceda. Si deseas estar saludable, alegre, próspero, con un empleo constructivo, con una comprensión elevada de Dios, no es necesario que hagas el cuadro, pero piénsalo, siéntelo y ponle todo tu entusiasmo e interés. Lo que llamamos sentimiento en conexión con el pensamiento es en realidad interés y entusiasmo. Sentimiento no es excitación. ¿Has sabido de algo que vino de la excitación salvo una apoplejía?. El verdadero sentimiento en el pensar es provechoso.

No podrá usted señalarme ningún hombre o mujer
que haya tenido éxito, empezando desde el presidente hasta el limpiabotas, que no haya estado interesado en su trabajo; ni podrá señalarme a nadie que tenga el corazón puesto en su trabajo y que nó haya tenido éxito. El limpiabotas que ha tenido éxito, tiene interés en su trabajo. Ha puesto su corazón en él. Él ama su trabajo. Hace su trabajo tan bien que le di doble propina al terminar su labor, pero ningún dinero compensaría su trabajo. Tenía tanto entusiasmo según limpiaba mis zapatos, le gustaba tanto que en verdad no le pagué por su trabajo. El se pagó a sí mismo. El disfrutó de su labor. Y tiene gente haciendo fila para limpiarle los zapatos.

Usted edifica el equivalente mental de lo que quiere interesándose en él. Èsta es la forma de crear sentimientos. Si deseas salud, interésate en la salud. Si deseas el lugar perfecto, interésate en dar servicio, haciendo algo con lo cual des servicio a tu prójimo.

La razón por la cuál la gente no progresa en sus negocios es porque tratan de elaborar planes por medio de los cuales le sacan dinero a su prójimo en lugar de pensar en las oportunidades de dar servicio. Ellos tienen solamente interés en lo que desean hacer, y se deshacen de las cosas que no les interesan. ¿En qué forma vas a extirpar los equivalentes mentales erróneos? Suponte que tienes un equivalente mental de resentimiento, desempleo, crítica, falta de comprensión espiritual. Cuando alguien habla de Dios no te interesa en forma

alguna. Te da sueño, te aburres. Tal vez no te lleves bien con la gente – no que tú pelees con ellos, pero ellos pelean contigo- la pelea surge! ¿Qué debe hacerse?

La única forma de expulsar un equivalente mental equivocado es suministrando lo contrario. Piensa lo correcto. El pensamiento correcto automáticamente
extirpa el pensamiento erróneo. Si tú dices: "No voy a tener más resentimiento. No creo en esto. No voy a pensar en esto " ¿En qué estás pensando sino en resentimiento? Estás aún pensando sólo en resentimiento todo el tiempo y fortaleciendo el equivalente mental de resentimiento, ¡Olvídalo! Piensa en salud, en relajamiento físico, paz y armonía, y habla la palabra. Así estás edificando un equivalente mental de salud. Si deseas el lugar perfecto,- si tu problema es desempleo, no tienes trabajo, el trabajo es incorrecto , o un trabajo que no te gusta- si dices "No voy a pensar en desempleo" , estás mal. Esto es pensar en "desempleo", ¿no es así? Piensa en el lugar correcto. Positivamente.

Si te dices a ti mismo , ¿No pienso en la estatua de la libertad en Nueva York", tú sabes lo que estás pensando, No estás pensando en otra cosa sino en la estatua de la libertad. Allí está ella,con la antorcha en la mano. Digo, no pienso en ella, pero tú si piensas.

Ahora les contaré que hace algún tiempo visité cerca de Springfield, Illinois, una perfecta reproducción de la villa de New Salem en los días de Abraham Lincoln . Hasta la cabaña era exacta.

Ya se te olvidó la estatua de la libertad no fue así?
Estabas pensando en New Salem. Te di una idea distinta. Esta es la clave en el manejo de tu mente, el manejo de tu pensamiento y por consiguiente, la clave para manejar tu destino.

No te apropies de cosas negativas, substitúyelas suplántalas, con cosas positivas y constructivas.

La ley mental es que puedes deshacerte de un pensamiento substituyéndolo por otro. Si un carpintero pone un calvo en una viga, allí queda el clavo, pero si él pone un segundo clavo encima del primero, un clavo saca otro clavo. Esto es lo que ocurre exactamente en la mente cuando substituyes una imagen con otra. Porque por cada cosa en la vida tiene que haber un equivalente mental.

Si empiezas en este mismo día a rehusar pensar en tus errores, y por supuesto esto incluye los errores de los demás; si dejas de pensar en errores y mantienes en cambio los conceptos reales ; si dejas de pensar en temor y piensas en cambio en Amor Divino; si cesaras de pensar en escasez y en su lugar pensaras en la prosperidad y en la presencia de la abundancia de Dios; y si entonces pensaras con la debida claridad y le pones interés, estarás edificando un equivalente mental de felicidad y prosperidad.

Si tu pensamiento es muy vago no edificas un equivalente mental. Si tu pensamiento carece de interés , no edificas un equivalente mental. Así, haz tu pensamiento tan claro como sea posible. Nunca luches. Tan pronto asumes la actitud "Voy a lograr lo que quiero" , "Lo voy a conseguir aunque me cueste la vida", toda edificación mental se estanca.

A todos se nos ha dicho que nos relajemos. He visto gente que se pone más tensa al instante de decirles que se relajen. Ellos querían relajarse aunque les costara la vida si era necesario, y por supuesto que perdieron de vista su verdadero propósito.

Piensa lo que deseas tan claro como te sea posible: sé definido pero no seas muy específico. Si vives en un apartamento y dices: "Yo quiero una casa en el campo o en las afueras, la quiero con un balcón, con un patio grande lleno de árboles y flores" está muy bien -pero nunca digas "Yo tengo que tener la casa en el 257 de la Novena Avenida o de la 5ª Avenida".

Imagínate que vas de compras. Por supuesto que deberás saber lo que deseas comprar. Por lo menos alguna idea específica de lo que quieres. Si dices, quiero algo que no sé lo que es, le dejo a Dios que me inspire; pero si dices: "Yo quiero un negocio, puede ser una finca, o una tienda, se lo dejo a la mente Divina", eres un tonto. ¿Para qué estás tú aquí? Debes tener algún deseo, y anhelo porque tú representas a Dios. Por consiguiente debes decir: "Yo quiero una tienda y sé la clase de tienda que deseo".

Conozco una mujer que trajo a manifestación una tienda de sombreros. No tenía capital, pero quería un negocio. Quería un tienda de sombreros. Le encantaba hacer sombreros. Tenía talento natural para esta clase de trabajo. Podía hacer un sombrero para cada tipo de mujer. Y ese era el arte que necesitaba para la tienda de sobreros. No era una gran mujer de negocios, así que edificó el equivalente mental de una tienda de sombreros. Ella no dijo, tiene que ser en determinada cuadra, en cierta calle. Ella no dijo, voy a tener esta tienda aunque me cueste la vida, quiero una tienda y voy a tener la de Juanita. Ella edificó un equivalente mental específico y esta es la forma correcta de hacerlo. Si dices quiero un cuerpo saludable, fuerte y haces el equivalente mental, pensando constantemente en tu cuerpo como un cuerpo perfecto, está bien. No pienses en muchos detalles. No digas primero voy a enderezarme los dientes pensando correctamente, y dejo la calvicie para más tarde, o quizás mejor arreglarme el asunto de la calvicie primero y los dientes que esperen. Aquí son los detalles los que están equivocados. Lo malo de elaborar está en entrar en detalles insignificantes, diciendo "lo quiero cuando yo diga, a mi manera, quiéralo Dios o no" . En vez de entrar en muchos detalles debes tener una idea definida.

No luches por aclarar tus ideas. Estarán más claras mañana, pasado mañana o dentro de quince días. Si tienes un par de binoculares y deseas enfocar algo mejor, todo lo que haces es ajustarlos hasta enfocar claramente.

Para obtener el equivalente mental tal vez necesites una semana, un mes, tal vez un año. Llénalo de interés, como si fuera una carga eléctrica, o se muere. La única forma es con amor. No te puede interesar algo si no lo quieres. Si lo amas, está lleno de interés, lleno de energía y vida, y se vuelve real.

Hay una interesante anécdota de Napoleón. El pensaba que una nariz grande era señal de un carácter muy fuerte. El decía, dame un hombre de nariz grande. Si alguien venía donde él y le decía que tal o cuál oficial merecía un ascenso, de inmediato preguntaba: ¿Tiene la nariz grande? Si le mataban un oficial él lo reemplazaba con uno de nariz grande. ¿Y saben ustedes lo que pasó? La ley le envió a Wellington, y Wellington fue quien lo destruyó a él. Wellington tenía la nariz más grande en la historia inglesa. El mismo decía que tenía un gancho por nariz. Tómelo como un chiste si desea, pero conlleva una lección importante.

La doctrina del equivalente mental es la esencia de la enseñanza metafísica, la doctrina que enseña que usted obtendrá todo aquello de lo cual provee un equivalente mental.

He conocido muchos casos sobresalientes donde la gente suministró el equivalente mental y del cielo surgieron cosas que ellas nunca hubieran conseguido en forma corriente. Conozco hombres y mujeres en Londres y Nueva York y otros lugares que humanamente no parecía que tuvieran éxito nunca, pero se apropiaron de este conocimiento del equivalente mental, lo sostuvieron y tranquilamente aplicaron este conocimiento y tarde o temprano , sin ayuda externa, lo que anhelaban vino a sus vidas, y lo conservaron y fue una bendición para ellos.

EDIFICANDO UN NUEVO EQUIVALENTE MENTAL

Es tu trabajo traerlo a la demostración y para realizarlo con éxito necesitas conocer por qué debes hacerlo. ¿Por qué debes traerlo a manifestación? Allgunos dicen: "Si Dios es todo y todo es perfecto, por qué debo buscar y demostrar su Ley"? . Porque debes probar la armonía del ser en tu propia vida. Esta es la razón. Si no hubiera necesidad de manifestación podría uno irse a dormir y quedarse allí , o tal vez más sencillo, ir donde el primer enterrador que encontrara,

Por supuesto que estamos aquí en la tierra para hacer la manifestación de Dios y la verdadera expresión es lo que llamamos manifestación, porque así se demuestra la Ley del Ser. Es tu obligación mantenerse saludable, próspero y libre. Es tu obligación expresar a Dios, a la magnitud de tu capacidad , y no tienes derecho a relegar tus esfuerzos hasta no haber logrado esto. A menos que tengas excelente salud y visiblemente estés regenerándote, hasta haber logrado colocarte en el sitio perfecto y la actividad correcta, hasta estar conscientemente libre de todo temor, ansiedad, crítica, tú no estás demostrando y debes buscar el porqué no y corregir el error, sea cual fuere.

Jesús nos enseñó a demostrar nuestra conciencia, y Unity nos enseña lo mismo hoy día.

Siempre traes a demostración aquello que tienes en la mente. ¿Qué clase de mente tienes? No te lo voy a decir , y no dejes que nadie te lo diga tampoco, porque ellos no lo saben. Aquellos que simpatizan contigo te dirán que tu mentalidad es mejor de lo que es ; aquellos a quienes no les caes bien, te dirán que es peor. Así que no le preguntes a nadie sobre tu mentalidad, sino examínate tus condiciones y verás lo que estás manifestando. Este método es científico e infalible.

Si un ingeniero mecánico está elaborando un nuevo diseño para un motor de automóvil, si va a hacer algo diferente en las válvulas por ejemplo, él no dice: "Me gustaría saber lo que Smith piensa de esto. La tengo amistad a Smith, si a él no le gusta esto no lo hago" . Ni tampoco él se dice: "No voy a poner en práctica esta idea porque viene de un francés y no me gusta esa gente". El es impersonal en este caso y no se deja embargar por la emoción. Él dice: "Voy a probarlo y se decide por los resultados que obtenga". Entonces lo prueba,, observando los resultados cautelosamente y decide de acuerdo a éstos . El ni llora ni ríe, ni se excita, ni le da un martillazo a la mesa, sino que hace la prueba de la idea científicamente y sólo juzga por los resultados.

En esta forma es como debe usted manejar su mentalidad. Así es como debe practicar la enseñanza metafísica. Usted es quien demuestra el estado de su mente en todo momento. Usted experimenta en lo externo lo que en realidad piensa en lo interno. Este es el significado del refrán :"Así como es adentro es afuera". Nótese que en la Biblia la palabra "dentro" significa pensamiento y la palabra "fuera", la manifestación , experiencia. Por eso Jesús dijo que el reino de los cielos (salud, armonía, libertad), está dentro. El pensamiento armonioso trae vida armoniosa. El pensamiento de miedo, ira, trae sufrimiento y frustración.

Esto me trae a mí al punto más importante de lo que quiero decirles, es decir si deseas cambiar tu vida, si deseas estar saludable, joven, próspero y sobre todo si deseas estar más cerca de Dios – y sé que ustedes sí quieren - debes cambiar tus pensamientos y mantenerlos cambiados. Este es el secreto para controlar tu vida, y no hay otro camino. Jesús mismo no hubiera podido lograrlo en otra forma porque ésta es la ley cósmica. Cambia tu pensamiento y mantenlo cambiado. Se nos ha dicho esto desde que el movimiento metafísico comenzó. Lo escuché por cerca de cuarenta años en Londres en esta forma sencilla, pero muchos somos muy lentos en la realización de su importancia. Si deseas cambiar alguna condición en tu vida, deberás cambiar tu manera de pensar sobre la misma y mantenerte en el cambio. Entonces la condición cambiará de acuerdo. Todo lo que alguien puede hacer por ti es tratar de que cambies tu manera de pensar . Esto es lo que un metafísico puede hacer por ti, pero tú tienes que mantener el cambio. Nadie puede pensar por ti.

Cambiar de manera de pensar y mantener el cambio es la forma de edificar un equivalente mental; este es el secreto del logro. Ya tienes el equivalente mental de todo lo que hay en tu vida hoy; y deberás destruir esos

moldes de lo que no deseas más y así desaparecerán de tu vida. Deberás hacer un molde nuevo op un equivalente mental de lo que deseas ver manifestado en tu vida.

Por supuesto que cambiar tu manera de pensar por un corto tiempo es la cosa más fácil del mundo. Todos lo hacen después de asistir a una conferencia metafísica. El ambiente excelente, las instrucciones positivas hacen sentirse optimista. El maestro recuerda a la audiencia la Verdad del Ser, y ésta piensa "Yo creo en esto, voy a ponerlo en práctica", pero en cinco minutos más tarde después de salir de la conferencia , se olvidan. El problema con la mayor parte de los estudiantes no es que no cambian su pensar, sino que no lo mantienen cambiado.

Si deseas salud, debes cesar de pensar en enfermedad y miedo; debes hacer el hábito de pensar en salud y armonía. No hay enfermedad a menos que exista el temor. Nada te puede afectar adversamente si no fuera por el miedo que le tienes. Cada quien tiene muchos miedos en el subconsciente de los cuales no está consciente, pero ellos trabajan de igual forma.

Un hombre dijo: "Visité un pueblo en un país extranjero al este de Europa donde había una epidemia de tifoidea. Yo no sabía que había tifus allí, nunca había pensado en esto. Yo no conocía el idioma y no podía leer los diarios. Estaban impresos en griego, Sin embargo me dio tifoidea y estuve grave. ¿Cómo se explica esto?"

La explicación es que el creía en la fiebre tifoidea. Creía que era contagiosa, que lo pone a uno muy grave por muchos días, de manera que tenía el miedo subconsciente de ella. El supo sub-conscientemente que había una epidemia de tifoidea alrededor de él, y como siempre ocurre, el subconsciente dramatizó su creencia del miedo, y le presentó un buen caso de fiebre tifoidea

Cambia tu manera de pensar y mantén el cambio no por un momento o diez días seguidos sino firme y constantemente. Entonces edificarás un nuevo equivalente mental y un equivalente mental es demostrado siempre.

El secreto de la armonía y el éxito está en concentrar tus pensamientos en la armonía y el éxito. Por eso yo enseño que la atención es la llave de la vida. Aquello en lo que pones tu atención y te concentras, se manifiesta en tu vida, porque tú estás edificando un equivalente mental.

Muchos fallan en concentrarse con éxito porque creen que la concentración significa esfuerzo de voluntad. En sí tratan de concentrarse en sus músculos, y los vasos sanguíneos. Fruncen el entrecejo. Aprietan los puños . Sin querer están pensando en un taladro y creen que mientras más fuerte aprieten, más ligero es el resultado. Pero todo esta es incorrecto.

Olvídate del taladro y piensa en una cámara fotográfica. En una cámara no hay necesidad de apretar muy fuerte. Aquí el secreto está en el enfoque, si deseas retratar algo , enfocas eso con el lente, serena firme y persistentemente por el tiempo necesario.

Suponiendo que deseo retratar un florero con flores: ¿Qué hago? , bueno, no lo aprieto violentamente contra el lente de la cámara . Esto sería tonto. Pongo el florero frente a la cámara y lo dejo allí. Pero suponiendo que después de unos minutos muevo el florero y pongo un libro frente a la cámara y luego lo muevo también y pongo una silla y pongo las flores detrás por un momento, etc. ¿Saben uds. Lo que le ocurrirá a mi foto? Saldrá borrosa. ¿Y no es esto exactamente lo que la gente hace con sus mentes cuando no mantienen sus pensamientos concentrados en algo por el tiempo necesario? ,Piensan en salud por unos minutos , pero luego piensan en la enfermedad o el miedo. Piensan en la prosperidad , luego en la escasez y en la depresión . Piensan en cuerpos perfectos , luego en la vejez , sus dolencias, achaques. Hay entonces duda de por qué el hombre es tan dado a demostrar una "imagen borrosa"?.

Nótese cuidadosamente que no he dicho que se tome un pensamiento y se trate de tener por la pura voluntad. Esto es incorrecto. Debe dársele rienda suelta a varios pensamientos a entrar a su mente, uno naturalmente, llevando al otro, pero todos deben ser positivos, constructivos, armoniosos, encaminados a tu deseo, y debes pensar con serenidad y sin esfuerzo. Entonces obtendrás el equivalente mental del éxito y el éxito se demostrará; éxito, salud, relaciones sociales, en tu trabajo, en tu desarrollo espiritual.

MANTENIENDO EL NUEVO EQUIVALENTE

Es bueno hacer un experimento práctico, así que les aconsejo que tomen un asunto de su vida –algo que deseen que desaparezca- o algo que deseen obtener, cambia tu pensamiento sobre el mismo, y mantenlo cambiado. No tengas prisa por escoger el problema, toma el tiempo necesario.

No le digas a nadie sobre el mismo. Si se lo cuentas a un amigo, estás, por supuesto afirmando fuertemente su existencia, que es lo que deseas eliminar en sí. Si le dices al amigo que estás trabajando en tu reumatismo o escasez, estás haciendo estas cosas muy reales en tu subconsciente. Además tu energía espiritual se está desperdiciando como le pasa a la electricidad en la "antena de tierra".

Toma tu problema y cambia tu pensar en relación al mismo y mantén el cambio por un mes, y te asombrarás de los resultados que obtendrás. Si verdaderamente mantienes tu pensamiento firme en el cambio, la demostración puede efectuarse en cuestión de horas. Pero mantenerse tensamente esperando la demostración es en sí afirmar la existencia del problema. ¿No es así? El secreto es mantener tu pensamiento cambiado- en la nueva condición, así que conserva tu pensamiento cuidadosa y calladamente expresivo a la nueva condición que tú deseas producir. Cree en lo que estás pensando, y para probar que crees en ello, tienes que hacer tu parte.

Cambiando tu pensamiento sobre el problema y manteniendo el cambio, estás construyendo un nuevo equivalente mental, un equivalente mental de armonía y éxito, a ese equivalente como sabemos , se demostrará en tus experiencias.

Por algún tiempo encontrarás que tus pensamientos continúan durmiendo en el viejo molde. Tal es la fuerza del hábito. Pero si persistes calladamente, ganarás la victoria. Es siempre un poco difícil cambiar un hábito, pero se puede hacer, y luego el hábito correcto se establece y resulta más fácil que el viejo, y así se edifica el nuevo equivalente mental.

Cambia tu mente y mantén el cambio.

No hables del asunto negativo, ni actúes como si existiera. Actúa como si en verdad la nueva situación ya estuviera presente. Si lo haces la nueva condición aparece en lo externo, porque lo externo no es sino la proyección de lo interno.

Nosotros proyectamos nuestra experiencia y la llamamos experiencia, esto nos da la clave entre una acción verdadera y una acción falsa o irreal.

Qué es acción verdadera? Una acción verdadera es aquella que en verdad cambia las cosas. La acción falsa no lo logra. Por ejemplo si tu automóvil tiene arrastre (tracción), este se mueve. Esta es una acción real, pero sin arrastre. Habrá movimiento, vibración, pero no arranca. Estás arruinando el motor, y tal vez las llantas, pero no te lleva a ningún sitio. Lo mismo ocurre con el soldado que "está matando el tiempo". Se cansa, gasta sus zapatos, pero no llega a ninguna parte. Estos son ejemplos de acciones falsas.

Suponiendo que tienes que escribir una carta difícil, preparar un sermón o una conferencia. Te sientas con el papel enfrente, haces círculos, dibujitos, muerdes el lápiz , juegas con tu cabello . Esta es acción falsa y son muchos los que hacen esto. Estas acciones no te producen nada. Comenzar a canalizar tus pensamientos, y escribirlos en una acción verdadera. Notarás que la diferencia es que la falsa acción comenzó desde afuera. No has preparado tus pensamientos . Quieres comenzar por escribir. Con la acción verdadera primero ordenaste tus pensamientos y luego escribiste, o la actividad externa continúa. Una acción falsa quiere decir estancamiento, Una acción verdadera es siempre fructífera.

La acción verdadera viene de adentro hacia fuera. La falsa trata de hacer lo contrario, de afuera hacia adentro. Una es centrífuga y otra es centrípeta, en términos técnicos. Si estás trabajando de centro a circunferencia, tu trabajo está vivo y es productivo. Si lo haces de la circunferencia al centro, tu trabajo es muero y tendrás efectos negativos.

Los artistas y literatos hablan de "rollo". ¿Sabes lo que es un "rollo"? Es un cuadro que pintas o una historia que escribes no porque tengas interés en el mismo, sino por ganar dinero. Nunca es bueno, porque no es el resultado de la inspiración sino con fines monetarios. Si se hace desde afuera es una acción falsa. Este es un dicho común entre los escritores que tres "rollos" matan el talento y eso es cierto. La forma correcta de pintar un cuadro es admirar la belleza en alguna parte. En un paisaje, en una cara bella, o donde la admires, te inspira esa belleza y entonces vas al lienzo y expresas allí tu inspiración. Eso es arte y te ayuda a tu propio desarrollo.

Si escribes una historia o una novela porque has observado la vida, has visto ciertas cosas, estudiado cierta gente y lo escribes porque estás viviendo todo esto, eso es una acción real y escribirás un gran libro.

Dickens, George Elliot, Balzac y todos los grandes autores escribieron en esa forma. Pero si dices : Escribiré 1500 palabras todos los días y luego se lo entrego a mis editores, "La misma basura de siempre para obtener dinero", tu trabajo está muerto. Esta práctica matará todo el talento en ti.

Si estás en el mundo de los negocios y tienes interés en tu trabajo y lo amas, tu trabajo es una acción positiva , y a la larga te traerá éxito. Aún cuando el puesto no sea del todo de tu agrado, pero piensas "Este es mi puesto del momento y voy a hacerlo lo mejor posible, y sé que algo mejor me vendrá", estás trabajando de adentro hacia fuera. Tu trabajo es una acción positiva y no tendrás que esperar mucho por algo que realmente te agrade.

Muchas personas saben que estas cosas son ciertas. Saben que son ciertas para hacer cuadros, historias y para la vida de los negocios, pero no se dan cuenta que son asimismo verdaderas para las cosas del alma. Pero esta es la realidad, si oras y meditas desde afuera porque lo consideras una obligación o porque te sientes culpable si no lo haces, tus oraciones son muertas. No obtendrás la demostración alguna, ni lograrás progreso espiritual, ni gozo alguno. Pero si sientes que al orar y meditar estás visitando a Dios, y que estos son los momentos más felices de tu existencia, entonces estás laborando de adentro hacia fuera. Tu crecimiento espiritual dará frutos, y crecerás rápidamente en comprensión espiritual. Al orar en esta forma no hay esfuerzo penoso, y tu alma se satura de paz.

El gran enemigo de la oración es la sensación de tensión. Cuando estás tenso estás trabajando de afuera hacia adentro. La tensión en la oración es probablemente la mayor causa de fracaso en la demostración. Recuerda que la mente trabaja ineficiente cuando está bajo tensión. Cuando piensas "tengo que traer a la demostración", tengo que lograrlo en tres días, estás tenso, estás usando tu voluntad y esto hace más daño que bien.

Recuerda: La puerta del alma abre hacia adentro. Si recuerdas esto te ahorrará años de espera en la demostración. Escribe en tu libretica, la que llevas en la cartera, no la que tienes guardada en tu escritorio, porque esa es un mausoleo ; mejor aún, escribe en una tarjeta y ponla en tu tocador "La puerta del alma abre hacia adentro" , y ora a Dios que recuerdes esa verdad cada vez que vayas a El en oración. Tú sabes lo que quiere decir cuando una puerta abre hacia adentro: Mientras más fuerte la empujas, más la cierras, cuando la

presionas contra ella, tan solo la cierras contra ti. Cuando te relajas y te apartas, das la oportunidad que abra enseguida" . En los teatros y otros edificios públicos, las puertas abren hacia fuera.
La ley lo exige así, porque el público cuando tiene pánico empuja, y si las puertas abren hacia adentro , la gente se aprisiona y se mata. La puerta del alma abre hacia adentro. Esa es la Ley. Relájate mentalmente, aléjate espiritualmente del problema, y la acción de Dios abrirá la puerta para ti y serás libre.

Hay una leyenda de la Edad Media muy interesante: Un ciudadano fue arrestado por un barón y encerrado en una mazmorra de su palacio. Fue llevado al fondo de la mazmorra por un carcelero feroz que cargaba una llave de un pie de largo. La puerta de la celda estaba abierta y se le tiró en ella. La puerta se cerró de un tirón y ahí quedó él. Estuvo encerrado allí unos veinte años, la puerta se abría con un gran ruido y crujido, se le daba un jarro de agua y un mendrugo de pan, y de nuevo se cerraba la puerta

Después de veinte largos años el prisionero decidió que ya no podía soportar más el encierro. El quería morir, pero no quería suicidarse. Así que decidió que al día siguiente cuando el carcelero viniera, él lo atacaría. El carcelero lo mataría y así terminarían todos sus tormentos. Pensó examinar la puerta cuidadosamente para estar listo para el día siguiente y llegando a ella agarró el picaporte y le dio la vuelta. Para sorpresa suya la puerta se abrió y cuando la examinó vio que no tenía cerradura y que nunca había tenido y se dio cuenta que durante esos veinte años no había estado cerrada sino en su creencia.

En cualquier momento durante ese tiempo pudo haber abierto la puerta, si tan sólo hubiera sabido. El creía que estaba cerrada, pero no lo estaba.
Tanteando siguió por el corredor y subió las escaleras. Allí habían dos soldados conversando y no hicieron ademán alguno de detenerlo. Cruzó un patio grandísimo sin llamar la atención. Había un guardia armado en la casilla del portón de salida, pero ni se fijó en él y salió afuera como hombre libre.

Llegó a su casa sin ser molestado y vivió feliz de ahí en adelante. El pudo haber hecho eso mismo en cualquier momento en esos veinte años de arresto si hubiese tenido el conocimiento suficiente, pero no lo hizo. Era un cautivo, pero no de una celda de piedra y hierro, sino de falsas creencias. No estaba encerrado; tan sólo creía que lo estaba. Por supuesto, esto no es más que una leyenda, pero una en extremo instructiva.

Todos estamos viviendo en alguna forma en una prisión, unos en una de una clase, otros en otra; unos en una prisión de carencia, algunos en una prisión de remordimiento, otros en una prisión de ciego e ininteligente temor, otros en su prisión de enfermedad. Pero siempre la prisión está en nuestro pensamiento y no en la naturaleza de las cosas.

No hay verdad en nuestros problemas aparentes. No hay realidad en la carencia. No hay poder en el tiempo ni en las condiciones para convertirnos en viejos, cansados o enfermos.

Las enseñanzas de Jesucristo y el movimiento de Unity en particular, vienen en nuestra ayuda y dicen : "No estás encerrado en una prisión de circunstancias. No estás encadenado en calabozo alguno. En el nombre de Dios, toca la puerta, sal fuera y sé libre".
Edificad un equivalente mental de libertad, de vibrante salud física, de verdadera prosperidad, de creciente comprensión y convicción de Dios. Edificadlo pensando en ellos, teniendo fe en ello y actuando debidamente, y el viejo equivalente de limitación irá gradualmente desapareciendo, pues la puerta no tiene cerrojo, y la voz de Dios en vuestro corazón dice : "Sed libre".

GUIA PRACTICA DEL EQUIVALENTE MENTAL

"El que actúa puede llegar a equivocarse, pero el que no actúa, ya está equivocado".

INTRODUCCIÓN

San Pablo dijo: " No vivan ya según los criterios del tiempo presente; al contrario, cambien su manera de pensar para que así cambie su manera de vivir y lleguen a conocer la Voluntad de Dios, es decir lo que es bueno, lo que es grato, lo que es perfecto.

Romanos 12.2

Esto no es más que la definición Bíblica del "Equivalente Mental". Sabemos que la equivalencia es la igualdad en el valor o estimación de dos o más cosas. También que somos Creación de nuestro Divino Padre, como su imagen y semejanza ...por lo que somos Mente a vivimos en un mundo Mental.

"*El que comprenda la Verdad de que el Universo el Mental, está muy avanzado en el sendero de adeptado" .*

EL KYBALION

Lo que más me ha apasionado en el estudio de la Metafísica es el "Equivalente Mental": cómo cambiar nuestra mentalidad negativa por una positiva (transmutación), y lo más importante ... lo he visto en mi vida (y en la de muchos). Cuando piden mi consejo, veo que el problema radica completamente en su "Equivalente Mental", entonces les hago la recomendación de que lean, practique, y vivan el librito de *Emmet Fox*, al poco tiempo veo el cambio en ellos, cuando lo han estudiado sinceramente. Este librito ha llegado a convertirse en un texto sagrado para muchos de mis estudiantes. Por ello, hemos querido sacar esta guía, que ayude a entender y practicar más directamente la TRANSMUTACIÓN MENTAL.

"*La mente, así como todos los mentales y demás elementos, pueden ser transmutados, de estado en estado, de grado en grado, de condición en condición de polo en polo, de vibración en vibración. La verdadera transmutación hermética es una práctica, un método, un arte mental".*

EL KYBALION

TRANSMUTACIÓN: Cambio de un polo a otro polo, de lo negativo a lo positivo ; del odio al amor, del resentimiento al Perdón: de la escasez a la Abundancia , etc.

AHORA, COGE UN LAPIZ Y A TRABAJAR!!!

1.- ¿Qué es lo que recomienda San Pablo que cambiemos? _____
_____
2.- ¿Para qué? _____
3.- ¿Cuál es la Voluntad de Dios? _____
4.- ¿Por qué crees de Dios es Mente? _____
5.- ¿Qué es Transmutación? _____
6.- ¿Qué es "Equivalente Mental"? _____
7.- ¿Por qué crees que para nuestra vida el librito bien practicado se convierte en algo sagrado?___
_____
_____
_____

PRIMER ESTUDIO

Tú no puedes estimar y tener confianza en un amigo si no lo conoces: ¿Cómo se llama?, ¿Qué hace?, ¿Dónde vive?, etc.
Lo mismo pasa con Dios, tenemos que conocerlo... DEDICARLE TIEMPO... cuánto tiempo quieres tú, que Dios te dedique? _____ y,... ¿Cuánto Tiempo, le dedicas tú? _____.
Para que Dios nos ayude debemos tener una buena comunicación con EL; una CORRESPONDENCIA (ver el Kybalión, segundo principio).

Ahora para que Dios obre a través de ti, tú tienes que abrirle la puerta de tu Ser. ¿Cómo? Siendo limpios de pensamiento , palabra y obra, manteniendo un equivalente positivo.

1.- ¿Cuál es el objeto primordial de la Metafísica?
(pág.3)_____
2.- ¿Cómo podemos practicar este objetivo?_____
3.- Tan pronto vemos la verdad Espiritual ¿Qué pasa? _____
4.- ¿Por qué la humanidad tiene problemas?_____
5.- ¿Cuál es la llave de la vida? (pág.4)_____
6.- Explique_____
7.- ¿Para qué debemos suministrarnos un Equivalente Mental? (5)_____
_____
8.- Ponga ejemplos de equivalente mental negativos:_____
_____
9.- ¿Qué pasa, si el mundo comienza a tener un equivalente mental de PAZ? (6)_____
_____
10.- ¿Cuál es tu equivalente mental , hasta hoy? ¿Cuál equivalente quieres edificar? _____
_____

SEGUNDO ESTUDIO

Enseñanza: Al comenzar a aceptar la realidad de la Verdad del **mundo mental** desde un elevado **nivel espiritual** el mundo cambia y **las dificultades desaparecen.**

Cuando miramos el mundo con los ojos de la carne:

- Inarmonía
Vemos: - Temor y
- Toda clase de dificultades.

Nosotros sabemos LA VERDAD, no juzgamos por la apariencia. SABEMOS QUE VIVIMOS en un mundo mental, y saber esto es la llave de la (4)_____

Todo lo que viene a nuestra vida no es si no la manifestación_____de alguna creencia en tu propia _____

Todo lo que ves o sientes en el plano material, es la expresión de un _____
Sostenido por ti (5).

Cuando la posibilidad de cambio viene a ti, vuélvete adentro y busca la Presencia de Dios. El va a todas partes contigo, guiándote, protegiéndote y ayudándote.

Haz una tarjetica con la siguiente frase: SOMOS DESCENDIENTES DE DIOS, PORQUE EN DIOS VIVIMOS, NOS MOVEMOS Y EXISTIMOS .

Hechos 17,28

Ahora, ponla en un lugar visible para ti.

La Paz que encuentras al volverte a Dios te ayuda a ver el camino claramente. Saber sin lugar a dudas que vas hacia delante por un camino de progreso y crecimiento. El está contigo en cada paso del camino.

¿Cuál es el secreto de una vida de éxito? _____

SUMINISTRATE A TI MISMO UN EQUIVALENTE MENTAL Y LAS COSAS VENDRAN A TÌ .

A las cosas que queramos disolver, las libramos de nuestra mente y de acuerdo al equivalente mental esto tiene que desaparecer.
Todo lo que deseas demostrar en tu vida, tiene primeramente una labor interna. **SE PIENSA**, **se siente y se hace** todo lo necesario para la demostración. Primero se crea en la mente (adentro) que significa pensamiento y palabra; así se manifiesta (afuera); manifestación y experiencia.

Explica este último párrafo_____

_____

"Como es adentro es afuera" y "Como es arriba, es abajo". *El KYBALION*

"Tal como el hombre piensa así es él".

DE LA ABUNDANCIA DEL CORAZON HABLA LA BOCA.

"Cambia! Mantén el cambio, nadie puede cambiar por ti"

¿Qué le pasa a la persona que tiene el equivalente mental para la contienda? (8)_____
_____

¿Por qué hay hombres que encuentran Paz y amor? _____

¿Cuál es la clave de la vida?_____

TERCER ESTUDIO

¿Cómo se hace?_____
Explica dos claves_____

Si hay disgusto en tu hogar, no te disgustes. No alimentes lo que está sucediendo en tu vida con un sentir negativo, ni te sientas mal, ni herido, ni ultrajado, ni triste, ni pobre, ni enfermo, ni acorralado, ni destruido, ni derrotado.

¿Sabes qué es un **agregor**? Si no lo sabes, pregúntalo a tu instructor y anota la explicación a continuación:
_____
_____

Siente lo contrario de lo que está sucediendo. Si te hacen cosas difíciles de perdonar, perdona.

Si hablan de ti, perdona y ora.

Si no tienes trabajo, da servicio como sea, que tu remuneración llega pronto.

Si tratan de herirte y ofenderte, no te ofendas, contesta con amor. La violencia no se destruye con violencia. El fuego no se apaga con el fuego.

Si no te dan la razón, da la razón tú.

Hay que ser como el agua, que cuando es atacada con el puñal varias veces, no demuestra reacción, sino calma.... hasta que el puñal se da por vencido ... y el agua no es perturbada.

POLARIDAD UNIVERSAL
USO DE LA LEY DE GENERACIÓN

a.- CLARIDAD DE PENSAMIENTO : Visualizar.

b.- CALOR DE LA EMOCION : Emocionalizar.

¿Por qué los estudiantes de Metafísica muchas veces no traen a la manifestación? (11)_____
_____

¿Qué pasa cuando hablan de sus dificultades?_____

¿Por qué se pierde la unificación con Dios?_____

¿QUÉ PASA CUANDO SE CAE EN LA FASE NEGATIVA?_____

_____

Tu y yo tenemos que equiparnos del equivalente a lo que necesitamos.

Así como el dinero que llevamos en los bolsillos, tiene un equivalente en **Oro** depositado en el banco como reserva. (Los cheques que giras equivalen a lo que tienes depositado en el banco).

Lo que no deseas y que es parte de tu vida, **no desaparece si no cambias tu equivalente**. Expulsa el equivalente primero y los efectos no tienen valor.

Lo que aceptas hoy como una realidad en tu vida es lo que **se manifiesta** como:

Un cuerpo sano, una vida feliz, abundante prosperidad, un buen hogar, feliz y armonioso, un buen trabajo y todo lo que te rodee es parte de tu equivalente mental.

TAL COMO EL HOMBRE PIENSE DENTRO DE SÌ ; ASÌ LO MANIFIESTA AL EXTERIOR.

La vida te da de acuerdo a lo que tú aportas. CREA UN NUEVO EQUIVALENTE y cosas nuevas vendrán para ti.

Piensa en un cuerpo saludable y esfuérzate por sentirte bien, el resultado: UN CUERPO SANO.

¿Qué deseas ver demostrado? Un cuerpo sano, juventud, protección, prosperidad, un compañero o compañera perfecta, un buen empleo, buenas relaciones y amistades, buen salario, armonía en el hogar, nuevas oportunidades, más comprensión espiritual. Y todo aquello de lo que desees deshacerte y eliminar, requiere un nuevo equivalente. LO QUE COMIENZAS A ACEPTAR EN TU VIDA ELIMINA TODO LO QUE APARENTEMENTE TE AFECTABA.

La finalidad de la Metafísica es ayudar a crear un nuevo equivalente mental.
a) Con un nuevo vocabulario.
b) Con una conciencia de oración
c) Estableciendo una conciencia de meditación, concentración, relajación y silencio.
d) HACIENDO UN CAMBIO MENTAL
e) Estudiando.
f) ORANDO
g) Practicando la Verdad.
h) Entrando en una perfecta DISCIPLINA MENTAL (con decretos) a través de terapias y tratamientos.

¿Cómo se forma un nuevo Equivalente Mental?

Pensando, actuando, hablando y haciendo todo lo que se requiera para el cambio, con una acción efectiva y productiva; centrando la atención, pausada, constante y paulatinamente en lo que se anhela ver manifestado.
Tienes que ser claro en lo que deseas.
Ponle todo el interés.
Consagra todo tu ser a una comprensión Superior de Dios, como Vida, Inteligencia, SUSTANCIA, y este equivalente atraerá **hacia ti** toda la riqueza del mundo.

RECORDEMOS LO QUE JESÚS DIJO:
“Sed perfectos como el Padre que está en los cielos es Perfecto”.

¿Qué es lo que llamamos sentimiento en conexión con el pensamiento?_____
_____

¿Qué es sentimiento?_____

Qué le pasó al limpiabotas? (12) _____

RECUERDA ESTO: “El pensar claro y sentirlo lleva a la demostración porque en esa forma se edifica el equivalente mental”.

...Y más importante para que lo aprendas de memoria y lo vivas “tú edificas el Equivalente Mental de lo que quieres INTERESÁNDOTE EN EL”.

¿POR QUÈ LA GENTE NO PROGRESA en sus negocios? _____

¿En qué forma se expulsa el equivalente mental equivocado? (14)_____
_____

¿Cómo se crean sentimientos positivos? (13)_____

EL VERDADERO SENTIMIENTO EN EL PENSAR POSITIVAMENTE ES PROVECHOSO.

LO DIFÍCIL NO ES TENER UNA ACTITUD MENTAL POSITIVA, SINO SENTIRLA. Muestra entusiasmo; esa es la semilla de la fe, así lo lograrás.

Hay sentimientos positivos que polarizan el pensamiento y traen resultados efectivos. Y hay sentimientos negativos que antagonizan los resultados.
Explica este último párrafo: _____
_____

Si unas veces piensas que todo te sale bien, pero te sientes de malas, nada te trabaja.
El pensamiento y el sentimiento reunidos, mueven el mundo interno y los resultados son efectivos en el mundo entero.

RECUERDA ESTO: Hay que unir estos dos:

1.- PENSAMIENTO – es interés – con voluntad
2.- SENTIMIENTO - es emoción – con entusiasmo

¿Cuál es la ley mental? (15)_____

APRENDE ESTO: Si tu pensamiento carece de interés, no edificas un equivalente mental.

Nunca luches, pues toda edificación mental se estanca. ¿Por qué? (16)_____
_____

PENSAR NUESTRO DESEO CLARAMENTE ES BUENO: ¿Pero porqué no hay que ser tan específico?
(16) _____

Hay que aclarar nuestras ideas pero ... ¿POR QUÈ NO HAY QUE LUCHAR? _____
_____

Para llenar el equivalente mental. de interés, cuál es la única forma?_____
_____

¿Cuál es la forma para surgir en la vida sin la ayuda de nadie?_____
_____

RECUERDA: Si lo que mentalizas lo Amas, estás lleno de interés, lleno de energía y vida, entonces se vuelve real.

CUARTO ESTUDIO

EDIFICANDO UN NUEVO EQUIVALENTE MENTAL

¿Cuál es la razón por la cual tenemos que traer nuestros deseos a la demostración?_____
_____

¿Qué tipo de mente tienes? (22)_____

¿En qué forma debemos manejar nuestra mentalidad?
(23)_____

¿En la Biblia que significa “Así en la tierra como en el cielo- así como es adentro es afuera?_____
_____

¿Qué trae el pensamiento del miedo?_____
Explique *Romanos 12.2* (24)_____
_____

Cuál es el secreto del logro del equivalente mental?_____
_____

¿Qué pasa con la mayoría de los Estudiantes después de asistir a una clase de Metafísica? (25)____
_____

¿Qué haces si deseas salud?_____
_____

¿Por cuánto tiempo hay que cambiar nuestro equivalente mental?(26)_____
_____

¿Cuál es el secreto de la armonía y el éxito?_____

¿Por qué muchos fallan al concentrarse?(27) _____
_____

¿En qué consiste el cuentico de la cámara?_____

_____

¿Cómo se debe pensar? (28) _____

El pensamiento genera energía y cuando pensamos cosas sin importancia, gastamos la misma energía. Hay que estar conscientes de lo que se piensa. Se debe pensar siempre en una idea. Las ideas moran en el reino de la Mente Superior, se piensa en ellas para atraerlas a manifestación, y el subconsciente fase emotiva, le pone todo el sentir y la seguridad de que lo que se piensa se manifiesta.

Polariza tus asuntos y verás resultados efectivos.

Piensa, siente intensamente y espera resultados y no desistes de tu plan hasta que se manifieste.

“TODA ORACIÓN ES CONTESTADA”.

La conciencia interna de prosperidad atrae la RIQUEZA externa como abundante bien.
Una conciencia espiritual mueve el mundo externo como la Mente Divina en Acción.
Recuerda y Afirma:
“ME MANTENGO FIRME AHORA Y SIEMPRE”

QUINTO ESTUDIO

MANTENIENDO EL NUEVO EQUIVALENTE MENTAL

“Lo difícil no es obtener el éxito, sino mantenerlo”

¿Cuál es el experimento para practicar el E.M.?_____

Cree en lo que estás pensando , y para probar que crees en ello, tienes que hacer tu parte.

¿Qué es un hábito y cómo se cambia?_____

APRENDE ESTO DE MEMORIA: “No hables mal del asunto negativo, ni actúes como si existiera. Actúa como si en verdad la nueva situación ya estuviera presente. Si lo haces, la nueva condición aparece en lo externo, ***porque lo externo no es sino proyección de lo interno.***

Explique el párrafo anterior:_____
_____

Qué es acción verdadera? (31)_____

Qué es acción falsa?_____

¿Cuál es la diferencia?_____

-Centrífuga
ACCION VERDADERA -Viene de adentro hacia fuera
-Trabajo vivo y productivo.
-Centrípeta
-Viene de fuera hacia dentro

ACCIÒN FALSA : - Trabajo muerto y tiene
-Efectos negativos

¿Cuál es el trabajo que puede matar todo el talento en ti?_____

¿Cuándo tus oraciones son muertas?(34)_____

¿Cuál es el enemigo de la oración?_____

¿Por qué?_____

¿Por qué la puerta del alma abra hacia dentro?_____

¿En qué clase de prisiones vivimos?_____

¿Cómo nos libramos de esa prisión?(38) _____

Entra dentro de ti, en tu conciencia y descubre la fuente de tu bien.

“LA PUERTA DEL ALMA ES HACIA ADENTRO”.

Dios abre hacia mí entrando en oración y, con seguridad mantengo **Mi Equivalente Mental.**

Cambia tu manera de hablar, cambia tu creencia, tus hábitos, o alimentos; saca lo viejo por lo nuevo.

Si estás acostumbrado a decir “no tengo tiempo”, afirma: **“SI TENGO TIEMPO. EL TIEMPO DE DIOS ES PERFECTO”.**

Si acostumbras a decir “no hay”, dí “sí hay”. Si dices “no tengo dinero”, dí siempre,”sí tengo dinero” Nunca me hace falta, siempre me sobra y doy de mi abundancia.

Si alguien no te gusta, busca en la persona algo que te guste.

COMPRENDE SIEMPRE ANTES QUE TE COMPRENDAN.

Tu creas un sentimiento positivo hacia tu trabajo, la salud, relaciones matrimoniales, hogar perfecto, relaciones armoniosas, un compañero o compañera, servicio para tu prójimo, abundancia de todo..... interésate de todo corazón.

No esperes que te amen ...Ama

Ama la creación, ama la vida, ámate, valórate, auto estímate, acéptate como eres y acepta a los demás como son. NO TRATES DE CAMBIAR A NADIE, CAMBIA TÙ.

Cambia el equivalente mental de tu familia, el equivalente que heredaste de tus antepasados, como herencia de tu raza, todo lo que aceptas como **realidad** concerniente a tu salud , prosperidad, tus relaciones. Las creencias y prohibiciones, la muerte el pecado, la salvación. Tu comprensión acerca de Dios. Todo requiere para ti un nuevo planteamiento, un enfoque diferente y un nuevo **Equivalente Mental**.

AMADO ESTUDIANTE: Vive esta enseñanza por siempre. Que tu equivalente mental sea el de un príncipe (como hijo de Dios que eres) y no el de un mendigo.

QUE DIOS TE COLME DE BENDICIONES.

TU HERMANO EN LA LUZ

SI - BAK

"Así pues, dejen todo lo impuro y la maldad que tanto abunda, y acepten humildemente el mensaje que se ha sembrado en su corazón, pues este mensaje tiene poder para salvarlos. Pero no basta con oír el mensaje, hay que ponerlo en práctica, pues de lo contrario se estaría engañando ustedes mismos.

Es que solamente oye el mensaje, y no lo practica, es como el hombre que se mira al espejo su cara: se ve a sí mismo, pero en cuanto da la vuelta, se olvida cómo es.

Pero el que no olvida lo que oye, sino que se fija atentamente en la ley perfecta, que es la ley que nos trae libertad y permanece firma cumpliendo lo que ella manda, será *feliz en lo que hace.*

Santiago 1,21,25

PUEDES COMPLETAR ESTOS ESTUDIOS CON:

LA LLAVE DE ORO.....EMMET FOX

FÒRMULAS INFALIBLES
DE MENTALISMO.....EMMET FOX

CHEQUES AL PORTADOR.....EMMET FOX

METAFÍSICA 4 EN 1 .....CONNIE MENDEZ

EL LIBRO MAS UTIL DEL MUNDO
CARTA A GARCIA

FIN

* * *

Este libro fue digitalizado para distribución libre y gratuita a través de la red
Digitalización (tipeo): Nohra Vick - Revisión y Edición Electrónica de Hernán.
Rosario - Argentina
24 de Agosto 2003 – 02:38